

Motivação e Sucesso

Não deixe a emoção dominar sua vida profissional

Luiz Marins



Há pessoas que deixam que a emoção assuma o comando, domine, e com isso atrapalhe a sua vida profissional e o seu comportamento na empresa. É claro que não podemos anular a emoção, nem mesmo impedi-la, mas com certeza precisamos dominá-la e não deixar que ela nos domine.

Escrevo isto porque tenho visto pessoas que têm comportamentos que mudam a cada dia, segundo o seu humor e suas emoções. Um dia cumprimentam as pessoas com alegria e cortesia, no dia seguinte deixam de cumprimentar. Um dia atendem bem os clientes, com cortesia e atenção, no dia seguinte os tratam mal, com falta de paciência, etc. Quando perguntamos a essas pessoas o que acontece com elas e por que agem de forma diferente a cada dia, elas nos falam de seus problemas pessoais ou de coisas que aconteceram - e que as deixaram de mau humor.

É claro, como já disse acima, que não podemos e nem devemos anular nossas emoções, mas não podemos deixar que elas nos dominem. Quando conversamos com essas pessoas elas nos dizem que qualquer coisa as irrita profundamente e que "são assim mesmo". É preciso cuidado para que não sejamos vítimas de transtornos de humor. Muitas vezes deveremos buscar até mesmo auxílio profissional de especialistas para que nos ajudem. O que quero chamar a atenção é que pessoas mal humoradas, pessoas que se deixam dominar pela emoção, não são bem avaliadas na vida profissional e devem ter consciência disso.

Na maioria das vezes, basta ter consciência dessa realidade. Às vezes, são coisas pequenas que nos atrapalham. Uma pequena dor de cabeça nos transtorna totalmente. Uma pequena discussão com o namorado faz aquela recepcionista passar o dia atendendo os clientes mal humorada. Uma chamada de atenção de um chefe basta para fazer aquele colaborador cometer erros propositais em suas tarefas.

É preciso que nos lembremos que todos temos problemas e que a vida não é um "mar de rosas" para ninguém. Em nosso trabalho, temos que procurar manter uma atitude profissional no máximo que pudermos. Podemos estar "mais tristes" ou "menos tristes", mas devemos, pelo menos tentar fazer com que o lado emocional influencie o mínimo possível em nosso desempenho profissional.

Pense em médicos, enfermeiros, advogados, religiosos: todos têm problemas, mas da mesma forma que não admitiremos com facilidade que um médico (ou qualquer outro profissional) nos trate mal por estar com um problema pessoal, temos que pensar que as outras pessoas terão sempre o mesmo pensamento em relação a nós, no desempenho de nossas funções. Sei que não é fácil, mas o que quero pedir é que você tenha consciência disso e não se deixe dominar pela emoção. Procure sempre colocar a razão no comando, assim você terá mais sucesso e será mais feliz.

Pense nisso. Sucesso!